

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

آمادگی در برابر

زلزله

تدوین و تالیف:

دکتر مظاهر یآوری

تقدیم:

به همه زلزله زدگانی که

بهترین‌هایشان را از دست داده‌اند

و خاطره‌ای شدند ماندگار،

شاید که بگویند صبر و شکیبایی یعنی چه!!



## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۹.....	مقدمه:
۱۳.....	فصل اول.....
۱۴.....	نگاهی به زلزله های مهم ایران در یک قرن اخیر.....
۱۸.....	سه زلزله مرگبار اخیر ایران.....
۱۸.....	زلزله رودبار.....
۲۰.....	دلایل تلفات زیاد در زلزله رودبار.....
۲۱.....	اثرات بعد از زلزله رودبار در ایران.....
۲۲.....	خاطره ای تلخ از رودبار.....
۲۶.....	زلزله بم.....
۲۸.....	خاطره تلخ بم.....
۳۴.....	زلزله کرمانشاه و سرپل ذهاب.....
۳۹.....	فصل دوم.....
۴۰.....	زلزله چگونه بوجود می آید؟.....
۴۰.....	پیش لرزه، زلزله اصلی و پس لرزه.....

- ۴۳ .....تعداد زلزله های ایران در یک سال
- ۴۴ .....رابطه گسل با زلزله
- ۴۴ .....گسلهای مهم و زلزله ای ایران
- ۴۶ .....انواع گسل زلزله
- ۴۷ .....مناطق سفید ایران
- ۴۹ .....امواج زلزله:
- ۵۰ .....امواج داخلی
- ۵۲ .....امواج سطحی
- ۵۵ .....صداهای زلزله
- ۵۶ .....نورهای زلزله
- ۵۸ .....حرکات آب دریاها
- ۵۹ .....تغییر مشخصات آب چشمه ها
- ۵۹ .....ایجاد شکاف و گسله
- ۶۰ .....زمین لرزه یا آزمایشات هسته ای
- ۶۹ .....فصل سوم
- ۷۰ .....شدت و بزرگی زلزله
- ۷۰ .....شدت زمین لرزه

۷۱	..... بزرگی زلزله
۷۲	..... مقیاس ریشتر
۷۵	..... مقایسه بزرگی زلزله در مقیاس ریشتر با شدت زلزله بر اساس مقیاس مرکالی (اصلاح شده):
۸۱	..... فصل چهارم
۸۲	..... پیش بینی زلزله در تهران و خسارات آن
۸۵	..... آمار زلزله های تهران
۸۶	..... گسل های تهران
۸۸	..... آسیب پذیری مناطق، شدت و تلفات زلزله احتمالی تهران
۹۱	..... نقشه گسل های تهران
۹۲	..... خطرناک ترین و امن ترین نقاط تهران هنگام زلزله
۹۵	..... فصل پنجم
۹۶	..... پیش بینی زلزله
۹۹	..... آشنایی با علائم وقوع زلزله
۱۰۲	..... ارتباط وقوع زلزله با پدیده های طبیعی
۱۰۵	..... فصل ششم

- ۱۰۶ ..... قبل از وقوع زلزله چه باید کرد؟
- ۱۱۳ ..... در هنگام وقوع زلزله چه باید کرد؟
- ۱۲۰ ..... پس از وقوع زلزله چه باید کرد؟
- ۱۲۴ ..... نحوه عملکرد دبیران قبل از زلزله
- ۱۲۸ ..... نحوه عملکرد دبیران در هنگام زلزله
- ۱۳۰ ..... نحوه عملکرد دبیران بعد از زلزله
- ۱۳۲ ..... رفتار افراد پس از زلزله
- ۱۳۴ ..... آسیب پذیری کودکان در زلزله
- ۱۳۷ ..... حمایت های اولیه روانی - اجتماعی در مورد کودکان آسیب دیده
- ۱۳۷ ..... چه آموزش های را باید به پدر و مادر کودکان آسیب دیده داد؟
- ۱۳۸ ..... حمایت های روانی و اجتماعی پس از حوادث طبیعی
- ۱۴۰ ..... نکات ضروری در برابر زلزله تهران و سایر شهر های ایران
- ۱۴۹ ..... منابع: